

**KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI
AMBALKEBREK KECAMATAN AMBAL
KABUPATEN KEBUMEN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



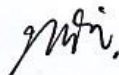
Oleh:
Beny Subarkah
NIM. 12604227038

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Kemampuan Motorik Peserta Didik kelas V SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal Kabupaten Kebumen” yang disusun oleh Beny Subarkah, NIM 12604227038 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta,
Pembimbing,



Hedi Ardiyanto H, M.Or
NIP. 19770218 200801 1 002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta,
Yang menyatakan,



Beny Subarkah
NIM. 12604227038

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Kemampuan Motorik Peserta Didik kelas V SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal Kabupaten Kebumen” yang disusun oleh Beny Subarkah, NIM 12604227038 ini telah diuji di depan Dewan Penguji pada hari Selasa, 22 September 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Hedi Ardiyanto H, M.Or	Ketua Penguji		10-11-2015
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Sekretaris Penguji		2-11-2015
Agus Sumhendartin S, M.Pd	Penguji I (Utama)		16-10-2015
Yudanto, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		26-10-2015

Yogyakarta, November 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001 8

MOTTO

- Hanya orang takut yang bisa berani, karena keberanian adalah melakukan sesuatu yang ditakutinya. Maka, bila merasa takut, anda akan punya kesempatan untuk bersikap berani. (Mario Teguh).
- Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua. (Aristoteles)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku Bapak Tugiman dan Ibu Mukhijatun yang telah memberikan do'a, restu dan nasihat – nasehat yang tidak perlu diragukan lagi,serta rasa optimis yang selalu ditanamkan.
2. Adik saya Isnaeni Nurul Khayati dan Diva Wahyuningsih yang selalu memberikan semangat.
3. Septi Dwi Jayanti yang selalu memberikan dukungan setiap saat jadilah selalu teman hidupku.

**KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI
AMBALKEBREK KECAMATAN AMBAL
KABUPATEN KEBUMEN**

Oleh
Beny Subarkah
NIM 12604227039

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pola hidup anak yang cenderung kurang aktif dalam beraktivitas berhubungan dengan gerak tubuh karena dampak yang timbul karena perkembangan IPTEKS (Ilmu Pengetahuan Teknologi dan Seni) dan kurangnya sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani serta belum diketahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survai dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori yang berjumlah 24 orang, Instrumen dan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, Tes *Stork Stand Position Balance*, Tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, sedang, kurang. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

Kata kunci: *kemampuan motorik, peserta didik kelas V*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen” ini dengan lancar.

Dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini, sepenuhnya berkat bantuan dari berbagai pihak yang dengan ikhlas dan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd MA., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kuliah di program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.S., Ketua Jurusan POR, Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan arahan, dan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Sriawan, M. Kes, Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.

5. Bapak Hedi Ardiyanto H, S.Pd. M.Or selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar memberikan bimbingan, dan motivasi, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.
6. Bapak Drs.Suhadi, M.Pd selaku penasehat akademik yang telah memberikan nasihat dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Bapak, Ibu dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya yang berguna dan bermanfaat bagi penulis.
8. Kepala UP Dinas Dikpora Kecamatan Ambal Bapak Drs. H. Misbah Chulmunir, M.Pd. Ambal yang telah memberikan izin penelitian.
9. Peserta didik kelas V SD Negeri Ambalkebrek yang telah dengan kesediannya meluangkan waktunya.
10. Teman-teman seperjuangan S1 PGSD Penjas angkatan tahun 2012.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, atas bantuan yang telah diberikan, penulis berdoa semoga dibalas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa.

Besar harapan penulis, semoga karya yang sederhana ini dapat menambah kepustakaan dan bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta,

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Kemampuan Motorik	8
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik	10
3. Fungsi Kemampuan Motorik	17
4. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar	18
5. Karakteristik Anak Kelas V Sekolah Dasar	20

B. Penelitian yang Relevan	22
C. Kerangka Berpikir	23
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	27
E. Teknik Analisis Data	31
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan	60
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi Hasil Penelitian	62
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	62
D. Saran-saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik	33
Tabel 2. Skor Baku Kemampuan Motorik	36
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kelincahan	36
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan.....	38
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keseimbangan	39
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kecepatan	41
Tabel 7. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.	43
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kelincahan Peserta Didik Putra.....	45
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Mata Dan Tangan Peserta didik Putra	46
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tes Keseimbangan Peserta didik Putra.....	48
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta didik Putra.....	49
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Distribusi Kemampuan Motorik Peserta didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.....	51
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kelincahan Peserta didik Putri	52
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Dan Kaki Peserta didik Putri.....	54
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Keseimbangan Peserta didik Putri.....	55
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta didik Putri.....	57

Tabel 17. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.....	59
--	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Histogram Kelincahan	37
Gambar 2. Histogram Koordinasi Mata Dan Tangan.....	39
Gambar 3. Histogram Keseimbangan	40
Gambar 4. Histogram Kecepatan.	44
Gambar 5. Histogram Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.....	44
Gambar 6. Histogram Kelincahan Peserta didik Putra.....	46
Gambar 7. Histogram Koordinasi Mata Dan Tangan Peserta didik Putra	47
Gambar 8. Histogram Keseimbangan Peserta didik Putra	49
Gambar 9. Histogram Kecepatan Peserta didik Putra	50
Gambar 10. Histogram Kemampuan Motorik Peserta didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.....	52
Gambar 11. Histogram Kelincahan Peserta didik Putri	53
Gambar 12. Histogram Koordinasi Mata dan Tangan Peserta didik Putri	55
Gambar 13. Histogram Keseimbangan Peserta didik Putri.....	56
Gambar 14. Histogram Kecepatan Peserta didik Putri	58
Gambar 15. Histogram Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	67
Lampiran 2. Surat Keterangan Uji Kalibrasi	69
Lampiran 3. Daftar Peserta didik kelas V SD Negeri Ambalkebrek	73
Lampiran 4. Data Penelitian	74
Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani (penjas) merupakan salah satu media untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang mengarah pada pembangunan seutuhnya, yaitu adanya keselarasan, keseimbangan, dan keserasian lahir dan batin, serta memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani. Dua hal penting yang menyangkut tentang pendidikan jasmani yaitu: pertama, setiap orang bebas untuk mengembangkan dan melestarikan kemampuan fisik, mental dan moral; kedua, pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang efektif terhadap penguasaan nilai-nilai kemanusiaan yang mendasar dan melandasi perkembangan sepenuhnya semua orang.

Melalui aktivitas pendidikan jasmani, peserta didik dapat meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan motorik, serta nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif, dan sosial. Kemampuan mempelajari tugas gerak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan anak dalam proses pembelajaran gerak, terutama bila gerakan-gerakan yang akan dipelajari memiliki kompleksitas yang cukup tinggi. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya

secara harmoni. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga atau kematangan penampilan keterampilan gerak.

Penentuan bahan ajar dan metode pembelajaran akan tercapai bila para pendidik mengetahui kemampuan motorik anak didiknya. Tanpa mengetahui hal tersebut, maka para guru mengalami kerancuan dalam melakukan proses belajar mengajar. Akibatnya tujuan pendidikan sulit dicapai dan menimbulkan kerja yang tidak efektif dan efisien. Kemampuan motorik berasal dari bahasa inggris yaitu *motor ability*, gerak (*motor*) merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar. Gerak merupakan kemampuan yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflex yang telah dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang. Menurut Amung dan Yuda (1999 : 20) bahwa kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa peserta didik lakukan guna meningkatkan kualitas hidup.

Mengetahui kemampuan motorik anak didik secara akurat merupakan salah satu kunci sukses usaha pendidikan. Artinya guru akan mengetahui kemampuan, kesenangan, dan kebutuhan anak, sehingga guru dapat membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam

melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Murid Sekolah Dasar Kelas V pada dasarnya sudah dapat dilihat seberapa jauh kemampuan motorik mereka, mengingat sebagian besar dari mereka sudah mulai belajar gerak (sambil bermain) sejak taman kanak-kanak. Dengan asumsi tersebut diharapkan murid Sekolah Dasar sudah memiliki kemampuan yang sangat berguna untuk penyesuaian diri bagi kehidupan mereka terutama yang menyangkut gerakan-gerakan yang berguna dalam kehidupan mereka sehari-hari. Namun seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta berbagai kemudahan yang diberikan, mereka lebih senang bermain *game online* atau menonton acara televisi daripada melakukan berbagai kegiatan atau aktivitas yang bermanfaat untuk perkembangan motorik mereka, seperti bermain sepakbola, berlari – lari bersama teman dilapangan atau aktifitas jasmani lainnya. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak. Dampak langsung yang dirasakan oleh pola hidup yang demikian adalah menurunnya kebugaran jasmani dan kemampuan motorik anak itu sendiri.

Akibat dari semua itu pola hidup anak menjadi berubah dan cenderung malas melakukan aktivitas yang berhubungan dengan gerak tubuh. Mereka lebih senang duduk berjam – jam untuk melihat acara televisi, atau main *game*, dampak yang timbul adalah menurunnya kemampuan fisik atau

kemampuan motorik peserta didik. Terlebih lagi bila ditinjau dari aspek pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek kurang mendukung dalam menyumbang perkembangan motorik peserta didik yang disebabkan karena keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek. Itulah yang menjadi penyebab penghambat dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Materi yang disampaikan kepada peserta didik terhambat karena kurangnya sarana dan prasarana yang kurang.

Menurut pengamatan yang peneliti lakukan dalam program pembelajaran penjas, peserta didik kurang aktif dalam melakukan kegiatan., seperti dalam pemanasan sebelum pembelajaran dimulai peserta didik hanya sebatas melakukan gerakan saja dan semaunya sendiri, ketika disuruh untuk berlari banyak peserta didik yang berjalan terutama peserta didik putri, dan hanya beberapa yang melakukan dengan sungguh-sungguh, selain itu dalam kegiatan disekolah peserta didik ketika istirahat lebih sering duduk-duduk dan jajan. Seharusnya program pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik anak SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen yang merupakan salah satu sekolah dari sekian banyak sekolah yang mengajarkan pendidikan jasmani dan kesehatan. Keberhasilan program pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen sangat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor

guru, peserta didik dan sarana dan prasarana. Seperti kesimpulan yang dikatakan oleh Muthohir (1990), bahwa rendahnya kemampuan motorik dan kebugaran jasmani akibat kualitas pengajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Untuk mengembangkan kemampuan motorik peserta didik Sekolah Dasar diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak yang suka bermain. Oleh karena itu peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

B. Identifikasi Masalah

1. Belum diketahui tentang tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.
2. Pola hidup anak yang cenderung malas melakukan aktivitas yang berhubungan dengan gerak tubuh karena dampak yang timbul karena adanya perkembangan IPTEK (menonton televisi dan bermain *game online*).
3. Kurangnya prasarana dan sarana pembelajaran pendidikan jasmani.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang disebutkan di atas serta keterbatasan waktu, tenaga, biaya dan kemampuan peneliti maka perlu kiranya diberikan batasan-batasan agar ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas. Maka penelitian ini hanya dibatasi untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Seberapa baik kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

1. Teoretis: penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan menambah wawasan tentang kemampuan motorik.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi peserta didik: mengetahui sejauh mana kemampuan motoriknya diharapkan peserta didik lebih terpacu untuk meningkatkan kemampuan motoriknya.
 - b. Bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: mengoptimalkan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani terhadap kemampuan motorik anak.
 - c. Bagi sekolah: memberikan masukan kepada sekolah tentang kemampuan motorik peserta didik dalam proses pembelajaran dan

melakukan kegiatan ekstrakurikuler terhadap program pembelajaran guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

- d. Bagi orangtua: diharapkan dengan diadakannya tes kemampuan motorik dapat memberikan wawasan tentang kemampuan motorik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

a. Hakikat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu *motor ability*, gerak (*motor*) merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia karena dengan gerak (*motor*) manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Menurut Hurlock (1978: 150), pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi.

Menurut Sukintaka (2001: 47), bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan ketrampilan motorik. Makin tinggi kemampuan motorik seseorang maka dimungkinkan daya kerja akan menjadi lebih tinggi, dan sebaliknya. Oleh karena itu, kemampuan gerak dapat dipandang sebagai sumber keberhasilan dalam melakukan tugas keterampilan gerak.

Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan dasar. Gerak dasar merupakan gerak yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan refleks yang telah

dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (1999: 20), bahwa kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa peserta didik lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

a. Kemampuan Lokomotor

Gerak berpindah dari suatu tempat ke tempat yang lain atau dapat dikatakan juga suatu proses perubahan posisi. Contoh : berjalan, berlari, melompat, merangkak.

b. Kemampuan Nonlokomotor

Gerakan ini merupakan gerak yang berproses pada suatu sumbu di bagian tubuh tertentu dan tidak berpindah tempat. Contoh: mendorong, merangkak, menarik, mengayun.

c. Kemampuan Manipulatif

Gerakan yang menggerakkan objek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki, atau bagian tubuh yang lain. Gerakan ini memerlukan koordinasi bagian tubuh yang digunakan untuk memanipulasi objek dengan indra penglihatan dan peraba. Contoh: memainkan bola dengan menggunakan tangan, kaki atau menggunakan kepala. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri atas:

- 1) Gerak mendorong (melempar, memukul, dan menendang)

- 2) Gerak menerima (menangkap) objek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola medisn)
- 3) Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Dari pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah yang dapat diperoleh dari kemampuan lokomotor, non lokomotor dan gerakan manipulatif yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang dipelajari sehingga nantinya akan memberikan dampak bagi pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi dan kemampuan melakukan gerakan lebih baik dibandingkan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

b. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasainya. Kemampuan-kemampuan yang merupakan keterampilan fisik dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi dan kelincahan. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik menurut Sarjono (1995: 3), ada lima unsur-unsur *conditioning*, yaitu:

- a. Kekuatan (*strength*) adalah kemampuan otot untuk dapat mempergunakan kekuatan untuk melawan tahanan.
- b. Daya Tahan (*endurance*) adalah kemampuan dari individu untuk melawan kelelahan yang timbul dalam melakukan kegiatan jasmani dalam waktu yang lama.
- c. Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan sejenis dalam waktu yang sesingkat-singkatnya

mendapatkan hasil sebaik-baiknya, kemampuan merupakan sejumlah gerakan dalam satuan unit waktu.

- d. Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang dalam merubah posisi atau arah.
- e. Kelentukan (*fleksibility*) adalah kemampuan seseorang melakukan gerakan-gerakan dengan amplitudo yang luas.

Menurut Barrow (1976 : 120), unsur-unsur kemampuan motorik terdiri atas: kekuatan, kecepatan, *power*, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi. Adapun unsur-unsurnya dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Kekuatan

Kajian teori menurut Toho Cholik Muthohir dan Gusril (2004: 50), bahwa kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak usia sejak dini. Apabila tidak mempunyai kekuatan otot tentu dia tidak dapat melakukan aktifitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong. Pendapat senada dikemukakan Bopma yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66), bahwa kekuatan adalah otot atau sekelompok otot mengatasi tahanan. Ditegaskan oleh Sukadiyanto (1997: 81), bahwa pengertian kekuatan secara fisiologis adalah kemampuan *neuromuscular* untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam. Menurut kajian teori diatas dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah sekelompok otot yang sewaktu menimbulkan tenaga yang mengatasi tahanan beban maupun dalam.

b. Kecepatan

Kajian teori menurut Abdulkadir Ateng (1992:67), bahwa kecepatan adalah kemampuan individu untuk melakukan gerakan yang sama berulang-ulang dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Menurut Muhajir (2007:60), kecepatan adalah Kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan bukan hanya berarti menggerakkan seluruh tubuh dengan cepat, tetapi dapat pula terbatas pada menggerakkan anggota-anggota tubuh dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Dengan demikian kecepatan menunjuk pada kemampuan gerak seseorang secara cepat dalam melakukan pekerjaan secara berulang-ulang dalam waktu yang singkat. Menurut Depdikbud (1997:05), kecepatan ada 2 yaitu:

1) Kecepatan Gerak

Kecepatan gerak adalah kemampuan untuk melaksanakan gerak gerak yang sama atau tidak sama secepat mungkin.

2) Kecepatan reaksi

Kecepatan reaksi adalah waktu yang dibutuhkan untuk memberi jawaban gerak setelah menerima suatu rangsangan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah kemampuan individu untuk melakukan gerakan yang sama berulang-ulang dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

c. *Power* (Daya Ledak)

Dari kajian teori Depdikbud (1997:05) Daya ledak adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu sependek pendeknya. Menurut Soeharno

(1984: 7), power adalah sebuah otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan beban dengan kekuatan dan kecepatan tinggi yang menjadi salah satu gerakan yang urut. Menurut Depdikbud (1997: 05), power/daya ledak adalah Kemampuan seseorang dalam mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu sependek-pendeknya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa daya ledak merupakan kemampuan otot untuk melakukan usaha dengan waktu yang sesingkat singkatnya.

d. Daya Tahan

Menurut M.Sajoto (1995: 9), menyebutkan Komponen-komponen tersebut adalah: Dalam hal ini dikenal 2 macam daya tahan, yaitu: Daya tahan umum, kemampuan seseorang dalam mempergunakan sistim jantung, paru-paru dan peredaran darahnya secara efektif dan efisiensi untuk menjalankan kerja secara terus menerus yang melibatkan kontraksi sejumlah otot-otot dengan intensitas tinggi dalam waktu yang cukup lama, daya tahan otot adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan otot-ototnya untuk berkontraksi secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama dengan beban tertentu. Dari hasil urain di atas dapat dijelaskan bahwa ada 2 hal daya tahan yaitu daya tahan umum dan daya tahan otot yang jantung, paru dan peredaran darah yang melibatkan juga kemampuan otot.

e. Kelincahan

Kemampuan kelincahan dalam pendapat Kirkendall, Gruber dan Johnson yang dikutip Ismaryati (2009: 41), menyatakan kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara tepat dan cepat. Ditegaskan Muthohir dan Gusril (2004: 50), kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang ditempuh maka semakin tinggi kelincahannya. Dari uraian di atas bahwa kelincahan adalah suatu kemampuan gerakan mengubah arah tubuh dalam waktu secepat mungkin.

f. Keseimbangan

Kajian Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 50), mengartikan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan kan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merujuk pada suatu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain. Senada dengan pernyataan Ismaryati (2009: 48), bahwa keseimbangan dibedakan menjadi dua yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan

seimbang dalam keadaan bergerak. Dapat di simpulkan bahwa kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam kaitanya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

g. Fleksibilitas

Kajian Menurut Johnson dan Nelson (1969), fleksibilitas adalah kemampuan seseorang untuk meningkatkan tubuh bagian-bagian tubuh dalam suatu ruang gerak yang seluas mungkin, tanpa mengalami cedera pada persendian dan otot di sekitar persendian. Pada fleksibilitas statis ditentukan pada ukuran luas gerak satu persendian atau beberapa persendian, posisi badan diam tidak melakukan gerak, sedangkan menurut Sukadiyanto (1997: 119), fleksibilitas adalah ukuran luas gerak pada satu persendian atau beberapa persendian pada saat badan melakukan aktivitas gerak dengan kecepatan yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendian pada tubuh kita.

h. Koordinasi

Mengutip menurut pernyataan Barrow (1979: 115), koordinasi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggabungkan beberapa bentuk gerakan menjadi bentuk yang lebih spesifik. Bomp yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) mengemukakan bahwa koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien. Pendapat yang

sejalan dinyatakan Toho Cholik Muthohir dan Gusril (2004: 50), bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan system syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlihat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancer dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. Pernyataan Sajoto (1990: 17), bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda dengan pola gerakan tunggal yang efektif. Dapat disimpulkan bahwa perpaduan berirama dari system syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.

Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik menurut Toha dan Gusril (2004: 50), yaitu: kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan. Menurut Bompa yang dikutip oleh DJoko Pekik (1994) ada lima biomotorik dasar yakni:

- a. Kekuatan, adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- b. Daya tahan, adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- c. Kecepatan, adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.

- d. Kelentukan, adalah kemampuan persendian untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- e. Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Berdasarkan komponen-komponen kemampuan motorik di atas, tidaklah berarti bahwa semua orang harus dapat mengembangkan secara keseluruhan komponen kemampuan motorik. Tiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan dalam mendapat komponen-komponen kemampuan motorik. Bagaimanapun juga, faktor yang berasal dari dalam dan luar selalu mempunyai pengaruh.

3. Fungsi Kemampuan Motorik

Tujuan dan kemampuan motorik sering tergambar dalam kemampuan anak menyelesaikan tugas motorik tertentu. Fungsi motorik menurut Cureton dalam Muntohir dan Gusril (2004: 51), fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan motorik yang khusus. Menurut Rusli Lutan (2001: 45-47), bahwa mengembangkan ketrampilan dasar gerak pada peserta didik sekolah dasar ditentukan pada pengembangan dan pengayaan ketrampilan gerak. Semakin banyak perbendaharaan gerak dasar, semakin terampil dalam kehidupan sehari-hari, termasuk melakukan ketrampilan lainnya. Semakin banyak anak mengalami gerak tentu unsur- unsur kemampuan motorik

semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangannya dalam melakukan aktifitas motorik.

4. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak (Rusli Lutan 2001: 15), artinya selain belajar anak dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, maka dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya.

Menurut Schmidt (1988: 375), belajar merupakan serangkaian proses internal yang berkaitan dengan latihan dan pengalaman yang mengakibatkan perubahan relatif permanen dalam kemampuan. Dengan demikian, kemampuan motorik merupakan suatu perubahan tingkat laku yang relatif menetap dan terjadi sebagai akibat dari hasil latihan dan pengalaman. Latihan adalah kejadian yang sengaja dilakukan secara berulang-ulang, sedang pengalaman merupakan semua kejadian yang secara sengaja maupun tidak sengaja dialami oleh seseorang.

Proses belajar tidak diamati secara langsung, namun hasilnya dapat diduga melalui pengamatan perilaku dan penampilan (Sege, 1984: 33). Penampilan keterampilan merupakan perilaku gerak yang dapat diamati (Lawther, 1977: 199). Dengan demikian belajar motorik merupakan suatu proses perolehan kemampuan keterampilan gerak sebagai akibat latihan dan pengalaman, yang prosesnya tidak dapat diamati secara langsung, serta diduga perubahannya relatif permanen pada kemampuan perilaku keterampilan gerak.

Proses belajar gerak yang bertujuan untuk menguasai gerak berlangsung dalam tiga tahap, yaitu:

a. Tahap kognitif

Diawali dengan penerimaan informasi dan pembentukan gerak. Pada tahap ini gerakan masih kaku. Kurang terkoordinasi, kurang efisien. Pada tahap ini anak mencari bentuk gerak yang sesuai dengan dirinya.

b. Tahap Asosiatif

Pada tahap ini anak mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan dan akan tampak kinerja yang dilakukan mulai terkoordinasi. Gerakan sudah mulai terlihat adanya suatu bentuk gerakan yang dilakukan dengan baik oleh anak.

c. Tahap otomatisasi

Tahap otomatisasi merupakan tahap akhir dalam belajar gerak keterampilan. Pada tahap ini anak telah memasuki tahap otomatisasi karena ketrampilan gerak yang dilakukan secara otomatis.

Menurut Husdarta dan Yudha (2000: 73), ruang lingkup pendidikan jasmani dapat dibagi menjadi empat kelompok, yaitu sebagai berikut:

- 1) Pembentukan Gerak
 - a) Memenuhi keinginan untuk bergerak
 - b) Menghayati ruang, waktu dan bentuk, termasuk perasaan irama
 - c) Mengenal kemungkinan gerak diri sendiri
 - d) Memiliki keyakinan gerak dan sikap (kinestik)
 - e) Memperkaya kemampuan gerak
- 2) Pembentukan Prestasi
 - a) Mengembangkan kemampuan kerja optimal melalui pengajaran ketangkasan
 - b) Belajar mengarahkan diri untuk mencapai prestasi. Misalnya, dengan pembinaan kemauan, konsentrasi, keuletan.
 - c) Menguasai emosi
 - d) Belajar mengenal keterbatasan dan kemampuan diri
 - e) Membentuk sikap yang tepat terhadap nilai yang terdapat dalam sehari-hari dan olahraga
- 3) Pembentukan Sosial
 - a) Mengakui dan menerima peraturan dan norma bersama
 - b) Belajar bekerjasama menerima pimpinan dan memimpin
 - c) Belajar bertanggung jawab, berkorban, dan memberi pertolongan
 - d) Mengembangkan pengakuan terhadap orang lain, sebagai diri pribadi dan rasa hidup bermasyarakat
 - e) Belajar mengenal dan menguasai bentuk kegiatan mengisi waktu luang secara aktif
- 4) Pertumbuhan
 - a) Meningkatkan syaraf untuk mampu melakukan gerak dengan baik dan berprestasi optimal
 - b) Meningkatkan kesehatan atau kesegaran jasmani termasuk kemampuan bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan kebiasaan hidup sehat

Dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup jasmani dalam pendidikan terbagi menjadi 4 yaitu pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial dan pertumbuhan, semuanya saling berhubungan

5. Karakteristik Anak kelas V Sekolah Dasar

Masa usia sekolah dasar kelas V antara usia 10-12 tahun merupakan individu yang sangat aktif dalam melakukan aktifitas fisik dan mengisi waktu

luangnya. Mereka tidak bisa tinggal diam dan selalu bergerak hampir setiap stimulus atas rangsang yang datang dari sekelilingnya selalu dijawab dengan gerakan, mereka selalu ingin mengetahui dan mencoba suatu yang dilihatnya.

Perkembangan dari berbagai aspek sudah semakin baik. Walau demikian proses perkembangan anak masih terus berlanjut. Anak melakukan proses belajar dengan cara yang semakin kompleks. Anak akan menggunakan panca inderanya untuk menangkap berbagai informasi dari luar. Anak mulai mampu membaca dan berkomunikasi secara luas. Masa usia sekolah dasar juga masa intelektual, karena keterburukan dan keinginan anak mendapatkan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman serta memiliki sifat yang sangat khas.

Menurut Sumadi Suryabrata (1985: 119-120), karakteristik peserta didik kelas atas antara lain: Masa kelas tinggi (9-12 tahun), memiliki sifat khas sebagai berikut:

- a. Adanya perhatian kepada kehidupan praktis sehari-hari yang kongkrit.
Hal ini membawa kecenderungan untuk membantu pekerjaan praktis.
- b. Amat realistik, ingin tahu dan ingin belajar
- c. Menjelang masa-masa ini telah ada minat terhadap hal-hal dan mata pelajaran khusus.
- d. Umur 11 tahun, anak membutuhkan bantuan orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugasnya dan memenuhi keinginannya
- e. Memandang nilai rapot (angka rapot) adalah ukuran yang tepat mengenai prestasi sekolah.
- f. Pada masa-masa ini gemar membentuk kolega sebaya, biasanya untuk bermain bersama-sama

Menurut Abu Ahmadi dan Munawar (2005: 25), sifat khas anak kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar, kira-kira umur 9 sampai 13 tahun sebagai berikut:

- a. Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
- b. Amat realistik, ingin mengetahui, ingin belajar.
- c. Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori tafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor (bakat-bakat khusus)
- d. Sampai kira-kira umur 11 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Setelah kira-kira umur 11 tahun pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha menyelesaikannya sendiri.
- e. Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
- f. Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi tertarik kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri.

Pentingnya kemampuan motorik yang diketahui sejak dini merupakan modal awal agar kemampuannya dapat dimaksimalkan. Kemampuan motorik dalam diri anak dapat berkembang maksimal jika baik dan benar. Dari kajian diatas dapat kita simpulkan bahwa

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Sukadiyanto (1997) dengan judul Penentuan “Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar “. Populasi penelitian ini adalah peserta didik sekolah dasar se-DIY, dan subjeknya peserta didik kelas I sampai dengan kelas VI sekolah dasar se-DIY. Prosedur dengan penculikan dengan rambang lugas secara bertahap. Jumlah cuplikan 300 peserta didik

putra dan putri. Metode penelitian yang digunakan survei eksplanatori. Data dikumpulkan dengan teknik tes dan jenisnya kontinum. Diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) ada perbedaan kemampuan motorik antara anak putra dan putri pada setiap tahap perkembangan, anak putra memiliki perkembangan yang lebih baik (2). Ada korelasi yang positif antara umur, berat badan, tinggi badan, dan status motorik anak sekolah dasar.

2. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini juga dilakukan oleh Windu Agung Prasetyo (2010) dengan judul “Kemampuan Motorik Kasar Peserta didik Kelas IV, V, VI Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta”. Populasi penelitian ini adalah semua peserta didik kelas IV, V, VI SD Wonokromo Pleret, Kabupaten Bantul yang berjumlah 37 peserta didik yang terdiri dari 20 peserta didik putra dan 17 peserta didik putri. Data dikumpulkan dengan menggunakan penelitian kuantitatif dengan disain penelitian deskriptif. Dapat didapat hasil penelitian (1) secara rinci terdapat 2 peserta didik (5,41%) dalam kategori kurang sekali, 10 peserta didik (27,03%) dalam kategori kurang, 15 peserta didik (40,54%) dalam kategori sedang, 9 peserta didik (24,32%) dalam kategori baik dan 1 peserta didik (2,70%) dalam keadaan baik sekali.

C. Kerangka Berpikir

Konsep dasar pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak yang seluas-luasnya kepada peserta didik. Usia sekolah merupakan usia dimana peserta didik sangat membutuhkan

berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam. Rangsangan-rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar lebih semakin ditingkatkan secara optimal. Program pendidikan jasmani seharusnya memberikan kebebasan memilih bagi peserta didik dalam melakukan tugas geraknya. Kegiatan-kegiatan dalam pendidikan jasmani semestinya dilakukan dengan bervariasi agar dapat memberikan kepuasan kepada anak bergerak sesuai minatnya, dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak.

Keterampilan gerak fisik yang diperoleh melalui pendidikan jasmani bukan saja berguna untuk menguasai cabang olahraga tertentu atau menjadi atlet berpretasi, tetapi berguna juga dalam kehidupan sehari-hari. Gerakan keterampilan merupakan salah satu kategori gerakan yang ketika melakukannya diperlukan koordinasi dan kontrol tubuh secara keseluruhan atau sebagian. Koordinasi dan kontrol tubuh yang baik akan meningkatkan keterampilan gerak. Oleh sebab itu, seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi akan lebih mudah melakukan tugas geraknya, baik secara kualitas maupun kuantitas, serta mampu bertahan lebih lama dalam aktivitas yang intensif dan efektif jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan motoriknya rendah.

Keterampilan psikomotor, berhubungan dengan gerak yang benar, kecepatan gerakan sesuai tujuan yang akan dicapai, serta penggunaan tenaga yang minimal dengan pencapaian hasil yang maksimal. Dari uraian di atas

terlihat bahwa kemampuan motorik mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, artinya dalam penelitian ini hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes. Penelitian ini dilakukan pada kelas V SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah kemampuan motorik peserta didik siswa kelas V SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. Secara operasional, kemampuan motorik dalam penelitian ini adalah kualitas gerak kegiatan olahraga yang meliputi kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan. Dalam penelitian ini untuk mengukur kemampuan motorik anak kelas V mengacu pada tes *motor ability* untuk sekolah dasar yang meliputi tes *shuttle Run* 4 x 10 meter untuk mengukur kelincahan, Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok untuk mengukur koordinasi, tes *stork Stand position balance* untuk mengukur keseimbangan, tes lari cepat 30 meter untuk mengukur kecepatan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2003: 55), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: subjek atau objek yang mempunyai kuantitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik/siswi kelas V SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen yang berjumlah 32 peserta didik terdiri dari peserta didik laki-laki sebanyak 19 anak dan siswi perempuan sebanyak 13 anak. Menurut suharsimin Arikunto (2006: 130) bila populasi kurang dari 100 satuan , sebaiknya penelitian dilakukan terhadap keseluruhan populasi. Jadi penelitian ini merupakan penelitian populasi karena jumlah keseluruhan populasi dijadikan sampel penelitian.

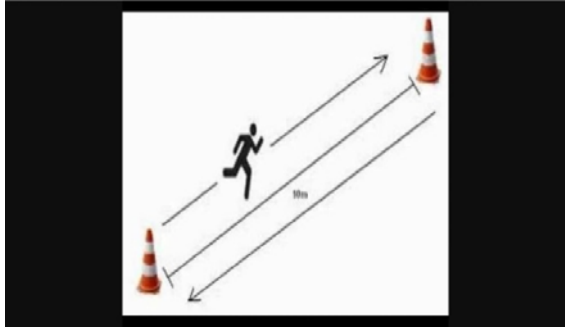
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

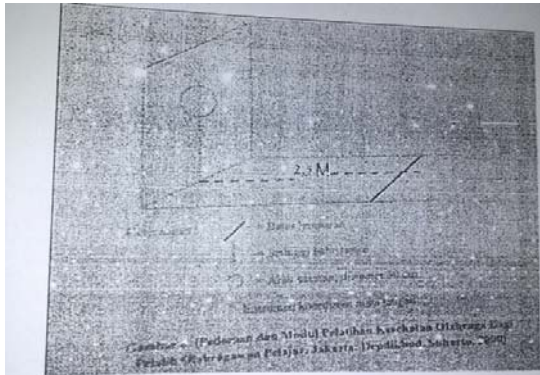
Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data (Suharsimi Arikunto, 2002 : 136). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *motor ability* untuk sekolah dasar. Tes *motor ability* digunakan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar bagi peserta didik sekolah dasar yang terdiri dari 4 butir tes yaitu (1) tes *shuttle Run* 4 x 10 meter, (2) tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) tes *stork stand positional balance*, (4) tes lari cepat 30 meter. Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya dan validitasnya sebesar 0,87. Reliabilitas diperoleh dengan cara tes ulang, sedangkan validitasnya diperoleh dengan cara mengkorelasikan tes itu dengan kriteria yang digunakan yaitu skor gabungan dari butir- butir tes tersebut (Nurhasan 2004: 6.6).

1. Pengumpulan data pada penelitian ini dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun tes yang digunakan sebagai berikut:

a. Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter


Tujuan	:	Mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah
Alat/fasilitas	:	<i>Stop watch</i> , lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter
Pelaksanaan	:	Start dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba "bersedia" anak coba berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dengan garis start. 

b. Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter dengan tembok

Tujuan	:	Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan
Alat/fasilitas	:	Bola tenis, <i>stop watch</i> dan tembok yang rata.
Pelaksanaan	:	Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula
skor	:	Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik 

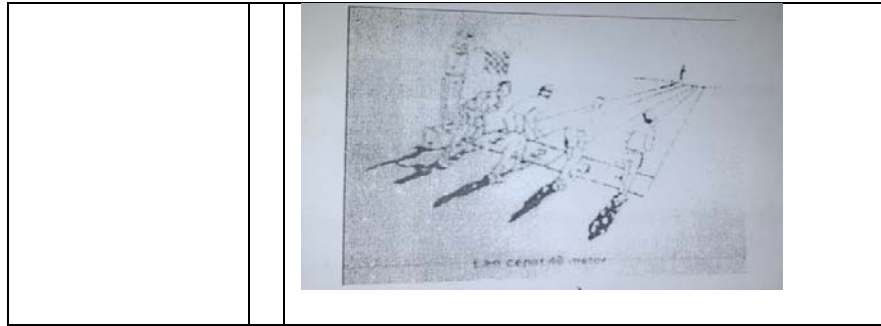
--	--	--

c. *Tes Stork Stand Positional Balance*

Tujuan	:	Mengukur keseimbangan tubuh
Alat/fasilitas	:	<i>Stop watch</i>
Pelaksanaan	:	Subjek berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah dalam. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin.
Skor	:	Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula. 

d. *Lari cepat 30 meter*

Tujuan	:	Mengukur kecepatan lari
Alat/fasilitas	:	<i>Stop watch</i> , lintasan lurus tanah rata sejauh 30 meter, bendera
Pelaksanaan	:	Start dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba "bersedia" subyek berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis start. Aba-aba "siap" subjek siap untuk lari menuju garis finish dengan jarak 30 meter, sampai melewati garis finish.
Skor	:	Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter.



2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2011: 224), langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada peserta didik tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan penyiapan alat-alat, penyiapan bahan, penyiapan peserta didik yang akan diambil datanya.

b. Pelaksanaan Tes

Dalam tahap pelaksanaan tes dalam penelitian ini peserta didik terlebih dahulu peserta didik dibariskan, berdoa, pemanasan dan dilanjutkan dengan pemberian penjelasan pelaksanaan tes. kemudian peserta didik diinstruksikan untuk melakukan tes kemampuan motorik (Nurhasan, 2009: 6.5) dimulai dari: 1) Tes

shuttle-run 4 x 10 meter, 2) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, 3) Tes *stork stand positional balance*, dan 4) Tes lari cepat 30 meter. Pada masing-masing pos secara bergantian, data yang diperoleh kemudian dicatat secara sistematis. Pembantu pelaksanaan tes:

- 1) Nur Hasim, S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri BlengorWetan) sebagai petugas tes pada pos *shuttle-run* 4 x 10 meter.
- 2) Eka Abditama S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri Singosari) sebagai petugas tes pada pos lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok.
- 3) Agus Sumedi S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri Entak) sebagai petugas tes pada pos *stork stand positional balance*.
- 4) Eko Prasetyo (Guru Penjaskes SD Negeri Bener wetan) sebagai petugas tes pada pos lari cepat 30 meter.
- 5) Very Yuli Arfan (Guru Penjaskes SD Negeri sidomulyo) sebagai petugas dokumentasi kegiatan.

c. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, dimana data dalam pengukuran dicatat sistematis.

e. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif dengan presentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti

melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. (Sugiyono, 2003: 221).

Langkah-langkah untuk mengklasifikasikan sebagai berikut:

1. Hasil Kasar

Hasil setiap butir tes yang dicapai oleh setiap peserta didik yang telah mengikuti tes tersebut hasil kasar. Tingkat kemampuan motorik anak tidak dapat dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes yang telah dicapai, karena satuan ukuran yang digunakan masing-masing butir tidak sama, yaitu :

- a. Untuk butir tes lari cepat 40 meter menggunakan satuan ukur (detik)
- b. Untuk butir tes melompat jauh tanpa awalan, (cm)
- c. Untuk butir tes melempar sasaran menggunakan (frekuensi)

2. Nilai Tes

Hasil kasar yang masih merupakan satuan ukuran yang berbeda tersebut, perlu diganti dengan ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini dengan menggunakan T-Skor. Menurut Rusli Lutan dan Adang Suherman (2000: 42) rumus T-Skor sebagai berikut:

- a. Rumus T-Skor untuk tes *shuttle run* 4 x 10 meter dan lari cepat 30 meter perhitungan waktu dengan satuan waktu semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang diperoleh.

$$T\text{-skor} = 10 \left(\frac{x - m}{SD} \right) + SD$$

- b. Rumus T-Skor untuk *tes stork stand positional balance* dan lempar tangkap bola tenis ke dinding jarak 1 meter.

$$T\text{-skor} = 10 \left(\frac{m - x}{SD} \right) + SD$$

Sumber Burhan Nurgiyanto (2000: 95)

Kemudian dari nilai T-Skor dari kelima item dijumlahkan sehingga didapatkan total T-Skor. Hasil T-Skor menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta didik. Untuk mengetahui batas nilai T-Skor tiap masing-masing kategori yaitu menggunakan skor baku (T-Skor). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T-Skor) dengan penilaian 5 kategori.

Menurut Saifuddin Azwar (2005: 108), penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik

No.	Interval Skor Kemampuan Motorik	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik Sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq SD X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Keterangan :

X : skor yang diperoleh

SD : standar Deviasi

M : *mean*

Setelah data dimasukkan dengan norma penilaian, kemudian data hasil tes seluruh peserta didik dihitung besarnya persentase dari masing-masing item tes kemampuan motorik. Rumus persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} 100\%$$

Keterangan:

P : persentase

F : frekuensi perolehan

N : jumlah seluruh frekuensi

Sumber : Suharsimi Arikunto (1998 : 245-246)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dari hasil penelitian tentang kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen, perlu dideskripsikan terlebih dahulu macam-macam hasil tes kemampuan motorik. Macam-macam kemampuan motorik tersebut adalah tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand position balance*, tes lari cepat 30 meter. Dari empat macam item tes tersebut, anak dilakukan pengketesan dengan menghasilkan skor pada masing-masing tes. kemudian skor akan dijumlahkan dengan cara dirubah menjadi bentuk *t-score*, dan diperoleh nilai kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. Data yang terkumpul berasal dari 24 peserta didik. Selanjutnya karena ada empat item tes yang digunakan, skor akhir yang dipakai adalah jumlah skor *t-score* dari keempat skor tersebut. Hasil *t-skor* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T skor) dengan penilaian 5 kategori yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali Menurut Saifuddin Azwar (2005: 108) penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut :

Table 2. Skor Baku Kemampuan Motorik

Interval	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	sedang
$M - 1,5 SD \leq SD X < M - 0,5 SD$	Kurang
$X < M - 1,5 SD$	Kurang sekali

Berikut akan dideskripsikan berdasarkan masing-masing tes kemampuan motorik serta secara keseluruhan digunakan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

1. Kelincahan

Komponen Kelincahan diukur dengan menggunakan tes *shuttle run* 4 x 10 meter dengan satuan menit. Hasil analisis deskriptif pada data kelincahan memperoleh nilai maksimum sebesar 27,40, dan nilai minimum 20,25. Nilai Mean diperoleh sebesar 23,9721, dan standar deviasi 1,65456. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi kelincahan.

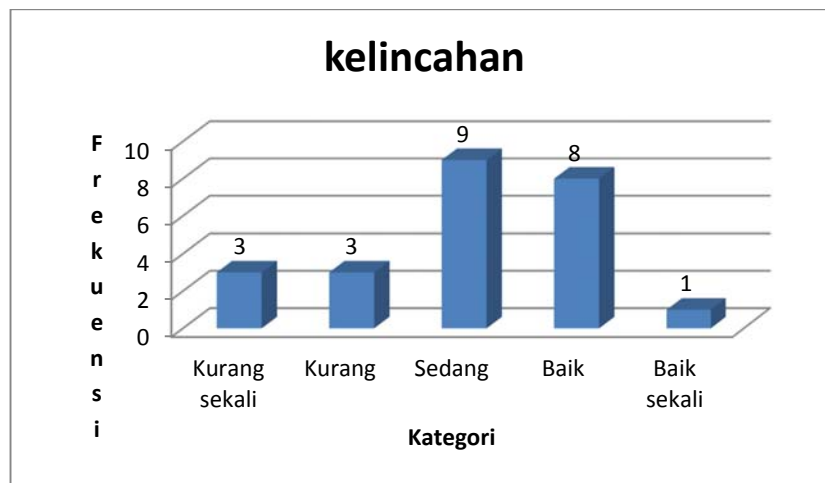
Tabel 3. Distribusi Frekuensi kelincahan

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,44$	Kurang sekali	3	12,50%
$24,79 \leq X < 26,44$	kurang	3	12,50%
$23,14 \leq X < 24,79$	Sedang	9	37,50%
$21,49 \leq X < 23,14$	Baik	8	33,33%
$X < 21,49$	Baik sekali	1	4,17%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes kelincahan dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci

sebanyak 1 orang (4,17%) berada pada kategori baik sekali, 8 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 9 orang (37,50%) berada pada kategori sedang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data tes *shuttle run* 4 x 10 dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 1. Histogram kelincahan.

2. Koordinasi Mata dan Tangan

Komponen koordinasi mata dan tangan dengan diukur menggunakan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, data yang diambil adalah jumlah yang berhasil ditangkap kembali selama 30 detik. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 38,00, dan nilai minimum 20,00. Nilai mean diperoleh sebesar 30,4167, dan standar

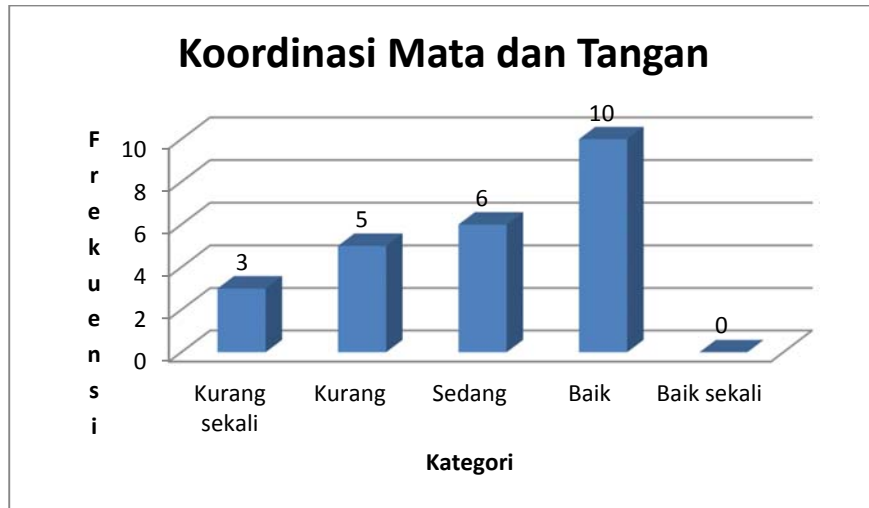
deviasi 6,06427. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi tes lempar tangkap bola.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Dan Tangan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X \geq 39,51$	Baik sekali	0	0,00%
$33,45 \leq X < 39,51$	Baik	10	41,67%
$27,39 \leq X < 33,45$	Sedang	6	25,00%
$21,33 \leq X < 27,39$	Kurang	5	20,83%
$X < 21,33$	Kurang sekali	3	12,50%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lempar tangkap bola dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 10 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 6 orang (25,00%) berada pada kategori sedang, 5 orang (20,83%) berada pada kategori kurang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram tes lempar tangkap bola dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 2. Histogram Tes Koordinasi mata dan tangan.

3. Keseimbangan

Komponen keseimbangan diukur dengan menggunakan Tes *stork stand positional balance*, data yang diambil adalah waktu yang dicapai dalam mempertahankan keseimbangan. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 24,21, dan nilai minimum 12,33. Nilai mean diperoleh sebesar 19,2929, dan standar deviasi 3,99147. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi tes keseimbangan.

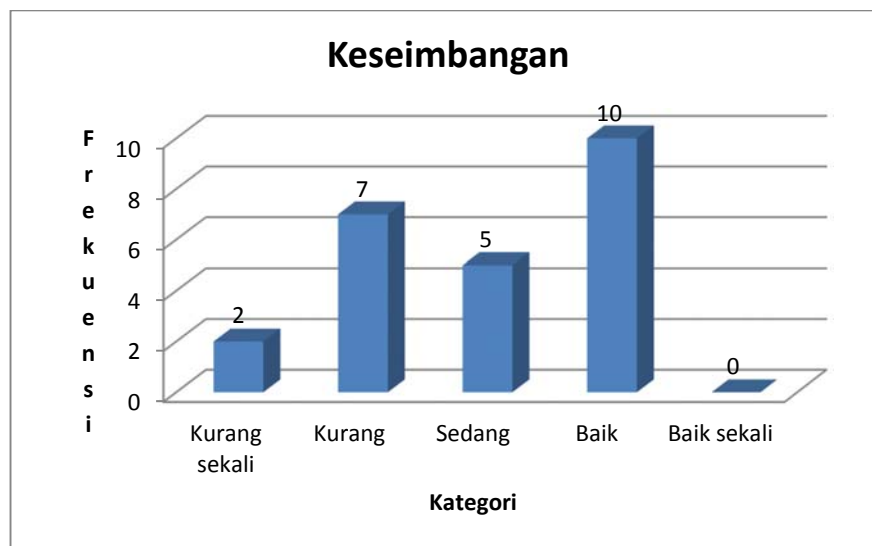
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tes keseimbangan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 25,27$	Baik sekali	0	0,00%
$21,28 \leq X < 25,27$	Baik	10	41,67%
$17,29 \leq X < 21,28$	Sedang	5	20,83%
$13,30 \leq X < 17,29$	Kurang	7	29,17%
$X < 13,30$	Kurang sekali	2	8,33%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek,

Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 10 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (20,83%) berada pada kategori sedang, 7 orang (29,17%) berada pada kategori kurang, 2 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram tes keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen



Gambar 3. Histogram Tes Keseimbangan.

4. Kecepatan

komponen kecepatan diukur dengan tes lari cepat 30 meter, data yang diambil adalah waktu yang dicapai dalam menempuh 30. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 8,23, dan nilai minimum 5,24. Nilai mean diperoleh sebesar 6,5983, dan standar deviasi 0,70958.

Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi tes kecepatan .

Tabel 6.Distribusi Frekuensi Tes Kecepatan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,65$	Kurang sekali	1	4,17%
$6,94 \leq X < 7,65$	Kurang	7	29,17%
$6,23 \leq X < 6,94$	Sedang	9	37,50%
$5,52 \leq X < 6,23$	Baik	5	20,83%
$X < 5,52$	Baik sekali	2	8,33%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lari cepat 30 meter dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (4,17%) berada pada kategori kurang sekali, 7 orang (29,17%) berada pada kategori kurang, 9 orang (37,50%) berada pada kategori sedang, 5 orang (20,83%) berada pada kategori baik, 2 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali.

Berikut gambar histogram tes kecepatan dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen



Gambar 4. Histogram Tes Kecepatan.

5. Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

Data yang dianalisa telah dirubah ke dalam bentuk *T-score*, sehingga satuannya sama. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 242,57 dan nilai minimum 154,47. Nilai mean diperoleh sebesar 200,5454, dan standar deviasi 26,89711. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan kategori yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut merupakan distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Tabel 7. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 240,87$	Baik sekali	1	4,17%
$213,98 \leq X < 240,87$	Baik	9	37,50%
$187,09 \leq X < 213,98$	Sedang	6	25,00%
$160,20 \leq X < 187,09$	Kurang	7	29,17%
$X < 160,20$	Kurang sekali	1	4,17%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen, secara rinci sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kelas interval $213,98 \leq X < 240,87$, maka kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “baik”. Berikut gambar histogramnya:



Gambar 5. Histogram Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Berikut ini akan dideskripsikan data penelitian kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berdasarkan peserta didik Putra.

1. Kelincahan Peserta Didik Putra

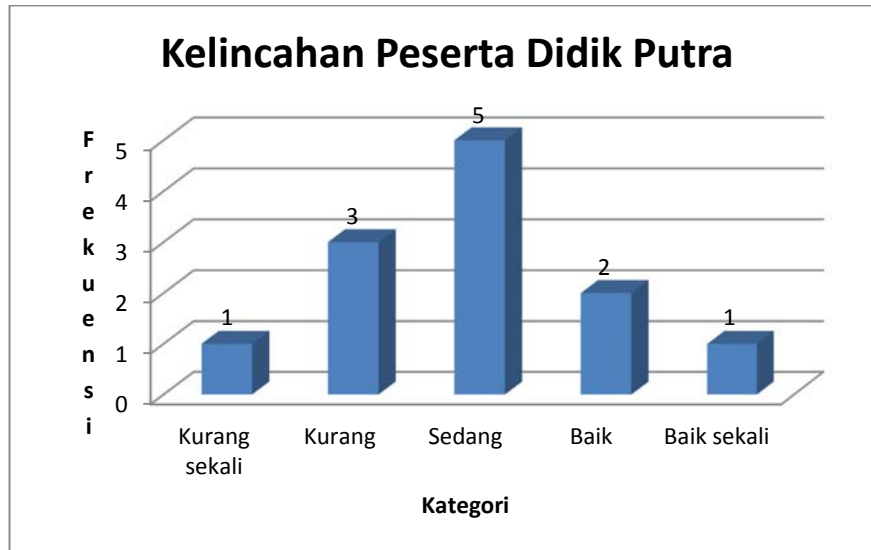
Kemampuan motorik berdasarkan faktor kelincahan diperoleh dari tes *shuttle run* 4 x 10 meter dengan satuan detik. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 27,40, dan nilai minimum 20,25. Nilai Mean diperoleh sebesar 23,3775, dan standar deviasi 1,89207. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi kelincahan peserta didik putra.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi kelincahan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,20$	Kurang sekali	1	8,33%
$24,31 \leq X < 26,20$	Kurang	3	25,00%
$22,42 \leq X < 24,31$	Sedang	5	41,67%
$20,53 \leq X < 22,42$	Baik	2	16,67%
$X < 20,53$	Baik sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data kelincahan peserta didik putra dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 3 orang (25,00%) berada pada kategori kurang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data tes kelincahan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 6. Histogram Kelincahan Peserta Didik Putra

2. Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Kemampuan motorik berdasarkan faktor koordinasi mata dan tangan diperoleh tes lempar tangkap bola tenis dengan satuan skor. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 38,00, dan nilai minimum 20,00. Nilai Mean diperoleh sebesar 33,3333, dan standar deviasi 5,26279. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi koordinasi mata dan kaki peserta didik putra.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 41,22$	Baik sekali	0	0,00%
$35,96 \leq X < 41,22$	Baik	5	41,67%
$30,70 \leq X < 35,96$	Sedang	5	41,67%
$25,44 \leq X < 30,70$	Kurang	1	8,33%
$X < 25,44$	Kurang sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data koordinasi mata dan tangan dalam kemampuan motorik Peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 5 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data koordinasi mata dan tangan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 7. Histogram Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

3. Keseimbangan Peserta Didik Putra

Kemampuan motorik berdasarkan faktor keseimbangan diperoleh dari tes beridri dengan satu kaki menggunakan satuan detik. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 24,20, dan nilai minimum

13,95. Nilai Mean diperoleh sebesar 21,4133, dan standar deviasi 2,60730.

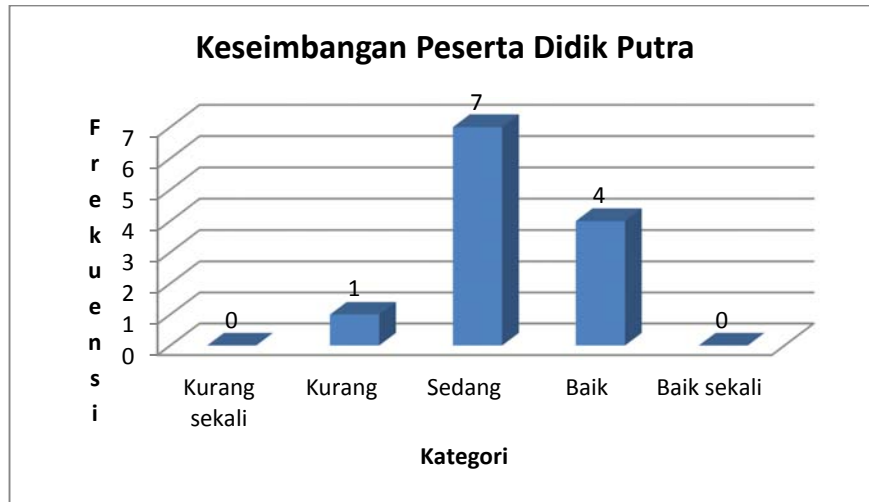
Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi keseimbangan peserta didik putra.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi keseimbangan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 25,31$	Baik sekali	0	0,00%
$22,71 \leq X < 25,31$	Baik	4	33,33%
$20,11 \leq X < 22,71$	Sedang	7	58,33%
$17,51 \leq X < 20,11$	Kurang	1	8,33%
$X < 17,51$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 4 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 7 orang (58,33%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 8. Histogram Keseimbangan Peserta Didik Putra

4. Kecepatan Peserta Didik Putra

Kemampuan motorik berdasarkan faktor kecepatan diperoleh dari tes lari cepat 30 meter dengan satuan menit. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 6,50, dan nilai minimum 5,24. Nilai Mean diperoleh sebesar 6,0842, dan standar deviasi 0,38097. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi kecepatan peserta didik putra.

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 6,65$	Kurang sekali	3	16,67%
$6,27 \leq X < 6,65$	Kurang	0	0,00%
$5,89 \leq X < 6,27$	Sedang	6	50,00%
$5,51 \leq X < 5,89$	Baik	4	33,33%
$X < 5,51$	Baik sekali	0	00,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data kecepatan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek,

Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 4 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 6 orang (50,00%) berada pada kategori sedang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang, 2 orang (16,67%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data kecepatan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 9. Histogram Kecepatan Peserta Didik Putra

5. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

Secara keseluruhan, hasil penelitian di ubah menjadi *T-score* sehingga satuannya sama. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 242,57 dan nilai minimum 189,15. Nilai mean diperoleh sebesar 221,59, dan standar deviasi 14,73. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan kategori yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut merupakan

distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Tabel 12. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 243,68$	Baik sekali	0	0,00%
$228,95 \leq X < 243,68$	Baik	3	25,00%
$214,22 \leq X < 228,95$	Sedang	6	50,00%
$199,49 \leq X < 214,22$	Kurang	2	16,67%
$X < 199,49$	Kurang sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 3 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (50,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 2 orang (16,67%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (8,33%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kelas interval $214,22 \leq X < 228,95$, maka kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “sedang”. Berikut gambar histogramnya:



Gambar 10. Histogram Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Berikut ini akan dideskripsikan data penelitian kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berdasarkan peserta didik Putri.

1. Kelincahan Peserta Didik Putri

Kemampuan motorik berdasarkan faktor kelincahan diperoleh dari tes *suttle run* dengan satuan detik. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 25,43, dan nilai minimum 21,23. Nilai Mean diperoleh sebesar 24,5667, dan standar deviasi 1,17164. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi kelincahan peserta didik putri.

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kelincahan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,31$	Kurang sekali	0	0,00%
$25,14 \leq X < 26,31$	Kurang	1	8,33%
$23,97 \leq X < 25,14$	Sedang	5	41,67%
$22,80 \leq X < 23,97$	Baik	6	50,00%
$X < 22,80$	Baik sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes *shuttle run* 4 x 10 peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 6 orang (50,00%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data kelincahan dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 11. Histogram Kelincahan Peserta Didik Putri

2. Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Kemampuan motorik berdasarkan faktor koordinasi mata dan tangan diperoleh dari tes lempar tangkap bola tenis dengan dengan satuan skor. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 37,00, dan nilai minimum 21,00. Nilai mean diperoleh sebesar 27,5000, dan standar

deviasi 5,53501. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi koordinasi mata dan tangan peserta didik putri.

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 35,79$	Baik sekali	1	8,33%
$30,26 \leq X < 35,79$	Baik	2	16,67%
$24,73 \leq X < 30,26$	Sedang	4	33,33%
$19,20 \leq X < 24,73$	Kurang	5	41,67%
$X < 19,20$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lempar tangkap bola peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori kurang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 4 orang (33,33%) berada pada kategori sedang, 5 orang (41,67%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data koordinasi mata dan tangan bola dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 12. Histogram Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

3. Keseimbangan Peserta Didik Putri

Kemampuan motorik berdasarkan factor keseimbangan diperoleh dari tes berdiri dengan satu kaki menggunakan dengan satuan detik. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 24,21, dan nilai minimum 12,33. Nilai Mean diperoleh sebesar 17,1725, dan standar deviasi 4,08707. Selanjutnya disusun distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi Keseimbangan peserta didik putri.

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Keseimbangan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 29,29$	Baik sekali	0	0,00%
$19,21 \leq X < 23,29$	Baik	2	16,67%
$15,13 \leq X < 19,21$	Sedang	6	50,00%
$11,05 \leq X < 15,13$	Kurang	4	33,33%
$X < 11,05$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data Keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri

Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 6 orang (50,00%) berada pada kategori sedang, 4 orang (33,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data Keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 13. Histogram Keseimbangan Peserta didik Putri

4. Kecepatan Peserta didik Putri

Kemampuan motorik berdasarkan factor kecepatan diperoleh dari tes lari cepat 30 meter dengan satuan menit. Hasil penelitian memperoleh nilai maksimum sebesar 8,23, dan nilai minimum 12,33. Nilai Mean diperoleh sebesar 17,1725, dan standar deviasi 6,36. Selanjutnya disusun

distribusi frekuensi menurut kategori. Berikut merupakan distribusi frekuensi Kecepatan peserta didik putri.

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,96$	Kurang sekali	0	00,00%
$7,39 \leq X < 7,96$	Kurang	4	33,33%
$6,82 \leq X < 7,39$	Sedang	4	33,33%
$6,25 \leq X < 6,82$	Baik	3	25,00%
$X < 6,25$	Baik sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan kecepatan peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 3 orang (25,00%) berada pada kategori baik, 4 orang (33,33%) berada pada kategori sedang, 4 orang (33,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Berikut gambar histogram data kecepatan dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.



Gambar 14. Histogram Kecepatan Peserta didik Putri

5. Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

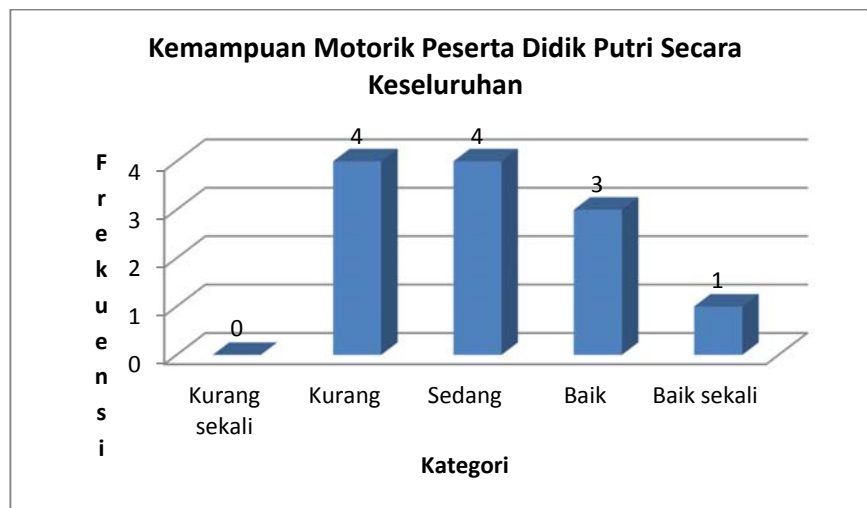
Secara keseluruhan, hasil penelitian di ubah menjadi *T-score* sehingga satuanya sama. memperoleh nilai maksimum sebesar 221,61 dan nilai minimum 154,47. Nilai mean diperoleh sebesar 179,50, dan standar deviasi 18,15. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan kategori yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut merupakan distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Tabel 17. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 206,72$	Baik sekali	1	8,33%
$188,57 \leq X < 206,72$	Baik	3	25,00%
$170,42 \leq X < 188,57$	Sedang	4	33,33%
$152,27 \leq X < 170,42$	Kurang	4	33,33%

$X < 152,27$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 3 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik baik, 4 orang (33,33%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 orang (33,33%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 0 orang (0,00%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Nilai mean 179,50 terletak pada kelas interval $170,42 \leq X < 188,57$, maka kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “sedang”. Berikut gambar histogramnya:



Gambar 15. Histogram Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “baik”. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

Gerak dasar merupakan gerak yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflek yang telah dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang. Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor, yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan fisik seseorang. Faktor penentu tersebut harus didukung oleh pola latihan, yang disesuaikan dengan kematangan anak dan gizi yang baik. Hal ini disebabkan karena makin baiknya pertumbuhan dan perkembangan fisik akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang.

Menurut Rusli Lutan (1988: 96), bahwa “ kemampuan motorik adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak- kanak”.

Kemampuan motorik anak berkategori baik, karena aktivitas yang dilakukan peserta didik di sekolah sudah mengandung unsur kemampuan motorik, seperti kecepatan, kekuatan, kelicahan, koordinasi. Guru pendidikan jasmani memberikan aktivitas dengan memperhatikan kemampuan motorik anak. Untuk lebih meningkatkan lagi guru pendidikan jasmani harus memperhatikan aktivitas yang diberikan kepada anak, sehingga kemampuan motorik anak menjadi lebih baik lagi. Faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap motorik seseorang. Motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan ketrampilan. Jadi hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Ambalkebrek Kec. Ambal Kab. Kebumen hanya mau menegaskan bahwa banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik anak itu sendiri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, sedang, kurang. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Sesuai dengan penemuan dalam penelitian ini, maka implikasi dari penemuan tersebut adalah untuk guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah guru harus memperhatikan unsur motorik pada anak, sehingga pembelajaran penjas yang diberikan akan meningkatkan kemampuan motorik pada anak.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain :

1. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes apakah melakukan aktivitas yang berat atau tidak sebelum melakukan tes.

2. Peneliti tidak memperhatikan kondisi tempat sarana dan prasarana apakah sudah sesuai dengan standar dalam melakukan tes kemampuan motorik

D. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak sebelum memberikan aktivitas olahraga di sekolah.
2. Bagi peserta didik agar menambah latihan-latihan lain yang untuk meningkatkan kemampuan motorik.
3. Peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian terhadap kemampuan motorik dengan mengganti ataupun dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajagrafindo Persada
- Arthati. (2010). *Askeb Neonatus Bayi dan Balita*. Purwokerto: YLPP.
- Barrow, H.M. (1979). *A Particel Aproach to Measurement in Physical Education*. New York: Prentice.
- Basuki Wibowo. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Chrysta Marcelena. (2014). Kemampuan Motorik Siswa Kelas VIII SMP Negeri I Mlati Sleman. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Depdiknas. (2000). *Standar Kompetensi: Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas <http://depdiknas.go.id>.
- _____. (2004). *Kurikulum 2004 : Standar Kompetensi, Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas.
- _____. (2007). *Tes Kemampuan Jasmani Indonesia*. Jakarta: Depdiknas.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hurlock Elizabeth B. (1998). *Perkembangan Anak Jilid I Edisi 6* (Dr. Med Meitasari Tjandrasa dan Dra. Muslichah Zarkasih. Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini, Kajian Para Pakar*. Jakarta: Depdiknas.
- Husdrata dan Yudha M. Saputra. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdiknas
- Ismaryati. (2009). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS press.
- Johnson dan Nelson. (1986). *Principles of Sport, Training Sport, Verlag Berlin*. Diakses dari <http://www.Blog Olahraga 10 Komponen Kondisi Fisik.htm>. Pada tanggal 08 Mei 2013, Jam 12.30 WIB.
- Monty P. (2000). *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.

- Nurhasan. (2009). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Peter Salim. (1991). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Phil Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.
- Rusli Lutan. (1999). *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Slameto. (2005). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sri Puji Lestari. (2012). Kemampuan Motorik Kiswa Kelas atas SD Negeri 2 Onje Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. (*Skripsi*) Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyanto. (2008). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas terbuka.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Sukadiyanto. (1997). *Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar*. Penelitian. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes* Jakarta: Depdikbud.
- Syamsu Yusuf. (2005). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Rosda Karya Remaja.
- Syarifudin. (2010). *Tes Prestasi Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Tri Ani Hastuti. (2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (nomor 1, April tahun 2008). Hlm 62.
- Toho Cholik Mutohir & Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Universitas Negeri Yogyakarta. (2011). *Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

Lampiran

Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 270/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

2 April 2015

Yth. : Ka. UPTD Pendidikan
Kec. Ambal, Kab. Kebumen
Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Beny Subarkah
NIM : 12604227038
Program Studi : S1 PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : April s.d Mei 2015
Tempat/obyek : SD Negeri Ambalkebrek Kec. Ambal Kab. Kebumen
Judul Skripsi : Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal Kabupaten Kebumen

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kepala Sekolah SD N Ambalkebrek
2. Kaprodi. PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
UPT DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
KECAMATAN AMBAL

Alamat : *Jl. Kambalan No. 12 54392 Telp (0287)661270*

Nomor : 074/101/2015
Lampiran : -
Hal : Ijin Penelitian

Ambal, 8 April 2015

Kepada
Yth. Dekan S-1 PGSD Penjas
Universitas Negeri Yogyakarta
di- YOGYAKARTA

Dengan hormat,

Menanggapi dan mencukupi surat permohonan saudara Nomor : 270 / UN.34.16/ PP/ 2015 tanggal 2 April 2015 perihal permohonan Ijin Penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, dengan ini memberikan ijin penelitian kepada :

Nama : Beny Subarkah
NIM : 12604227038
Jurusan : POR
Prodi : S1 PGSD Penjas
Tempat/ obyek : SDN Ambalkebrek, Kec. Ambal
Pelaksanaan : April s.d Mei 2015
Ketentuan : a. Tidak mengganggu proses belajar mengajar
b. Menjaga lingkungan tetap kondusif

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Kepala UPT Disdikpora

Kecamatan Ambal



Drs. H. MISBAH CHULMUNIR, M.Pd

NIP. 19630718 198304 1 002

Lampiran 2. Surat Keterangan Uji Kalibrasi



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH BANYUMAS
Jl. DI. Pandjaitan No.222 Purwokerto 53147 Telp. (0281) 636846 Fax. (0281) 631398

SERTIFIKAT KALIBRASI

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 93 / 2014

No. Order : **PJ - 596**
14/04/2014

NAMA ALAT : STOPWATCH

Measuring instrument

Merk / Buatán : SEWAN / -
Trade Mark / Manufactured by
Model / Tipe : - / SW 8 - 2010
Model / Type
Nomor Seri : - / -
Serial Number
Kapasitas : 9 : 59' : 59,99"
Capacity

Kelas : -
Class
Daya baca : 0,01 s
Readability

PEMAKAI : ASEP PRASETYO WIBOWO

User

Alamat : Gentasari RT.10 RW.04 Kroya - Cilacap
Address

METODE, STANDAR DAN KETERTELUSSURAN

Method, Standard and Traceability

Metode : Perbandingan Langsung Dengan Standar
Method
Standar : Stopwatch Merk. Diamond
Standard
Ketertelusuran : Direktorat Metrologi Bandung
Traceability

HASIL KALIBRASI & KETIDAKPASTIAN

Calibration Result & Uncertainty

: **Terlampir**
Attachment

MEMPERDAYAKAN
MENGHILANGKAN



Purwokerto, 15 April 2014

KEPALA,

Purwantoro, SE, MM
Pembina

NIP. 19600121 198101 1 004

Hal. 1 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas

Nomor Order : PJ - 596
Lampiran Sertifikat Nomor : 510.64 / 93 / 2014

DATA KALIBRASI

Calibration data

- Tanggal diterima : 14 April 2014
- Tanggal dikalibrasi : 14 April 2014
- Dikalibrasi oleh : Sutoyo, ST
- Lokasi : Lab. Massa Balai Metrologi Wilayah Banyumas
- Kondisi ruangan : Suhu Ruangan : 26,7 °C
Kelembaban : 55 %

HASIL KALIBRASI

Calibration Result

Penunjukan Alat (s)	Koreksi Alat (s)
0,00	0,00
59,91	-0,06
120,04	0,04
299,92	-0,06
599,62	-0,28
899,81	-0,27

EVALUASI

Evaluation

KEPALA SEKSI STANDAR UKURAN,



Rully Syahruliyana, SE

Penata Tk. I

NIP. 19611227 198202 1 005

Hal. 2 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH BANYUMAS
Jl. DI. Pandjaitan No.222 Purwokerto 53147 Telp. (0281) 636846 Fax. (0281) 631398

SERTIFIKAT KALIBRASI

Calibration Certificate

Nomor : 510.64 / 92 / 2014

No. Order : PJ - 597
14/04/2014

NAMA ALAT : BAN UKUR

Measuring instrument

Merk / Buatan : ESLON / -
Trade Mark / Manufactured by
Model / Type : - / -
Model / Type
Nomor Seri : 2
Serial Number
Kapasitas : 30 m
Capacity
Kelas : -
Class
Daya baca : 2 mm
Readability

PEMAKAI : ASEP PRASETYO WIBOWO

User

Alamat : Gentasari RT.10 RW.04 Kroya - Cilacap
Address

METODE, STANDAR DAN KETERTELUKURAN

Method, Standard and Traceability

Metode : Perbandingan Langsung Dengan Standar
Method
Standar : Komparator Kap. 20 m
Standard
Keterterelusuran : Direktorat Metrologi Bandung
Traceability

HASIL KALIBRASI & KETIDAKPASTIAN

Calibration Result & Uncertainty

Terlampir
Attachment

Purwokerto, 14 April 2014

KEPALA,

MEMPERDAYA
MENGHILANGKAN KETIDAKPASTIAN

Purwantoro, SE, MM

Pambina

NIP. 19600121 198101 1 004

Hal. 1 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas

Nomor Order : PJ - 597
Lampiran Sertifikat Nomor : 510.64 / g2 / 2014

DATA KALIBRASI

Calibration data

- Tanggal diterima : 14 April 2014
- Tanggal dikalibrasi : 14 April 2014
- Dikalibrasi oleh : Sutoyo, ST
- Lokasi : Lab. Panjang Balai Metrologi Wilayah Banyumas
- Kondisi ruangan : Suhu Ruangan : 26,9 °C
Kelembaban : 45 %

HASIL KALIBRASI

Calibration Result

Penunjukan Alat (m)	Koreksi Alat (mm)
0	0,00
5	0,13
10	-0,21
15	-0,96
20	-0,74
25	-2,26
30	-2,04

EVALUASI

Evaluation

KEPALA SEKSI STANDAR UKURAN,



Rully Syahruliana, SE

Penata Tk. I

NIP. 19611227 198202 1 005

Hal. 2 dari 2

Dilarang menggandakan sebagian isi sertifikat ini tanpa seijin dari Balai Metrologi Wilayah Banyumas

Lampiran 3. Daftar peserta didik kelas V SD N egeri Ambalkebrek

No Absen	Nama Peserta didik	L/P
1	Basuki ahmad	L
2	Dahlia afrita s	P
3	Alberto fajar o	L
4	Fajar arifin	L
5	Kusminah	P
6	Rusmiati	P
7	Siti muchimah	P
8	Bangun fabian c	L
9	Erwin sahrul	L
10	Frajiatus sa'adah	L
11	Hertasando	L
12	Juliati	P
13	Jumilah	P
14	Kusiyatun Magfiroh	P
15	Kukuh ridho S	L
16	Moh. Koerul A	L
17	Muh. afirohman	L
18	Moh.choirul A	L
19	Nafiani	P
20	Riski afifah	P
21	Riski yuniarti	P
22	Siti Chomsatun	P
23	Wahyu Pambudi	L
24	Yuniarti	P

Lampiran 4. Data Penelitian Putra

No	Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Positional balance	Tes lari cepat 30meter	T skor				
					Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Positional balance	Tes lari cepat 30meter	JUMLAH
1	23.24	38	20.23	5.24	54.42	62.51	52.92	69.15	239.01
3	22.14	27	23.2	6.06	61.09	44.36	60.46	57.61	223.51
4	27.4	35	22.11	5.37	29.21	57.56	57.69	67.32	211.78
8	24.29	37	21.1	6.5	48.06	60.86	55.13	51.41	215.45
9	20.25	35	21.33	6.12	72.55	57.56	55.71	56.76	242.57
10	24.5	20	21.18	6.3	46.79	32.81	55.33	54.23	189.15
11	22.17	31	22.78	6.2	60.91	50.96	59.39	55.63	226.89
15	23.35	36	21.27	6.32	53.76	59.21	55.56	53.94	222.47
16	23.12	38	13.95	6.27	55.15	62.51	36.98	54.65	209.29
17	21.42	35	22.41	6.2 2	65.45	57.56	58.45	55.35	236.82
18	25.47	36	23.2	6.18	40.91	59.21	60.46	55.92	216.49
23	23.18	32	24.2	6.23	54.79	52.61	62.99	55.21	225.60
Jumlah	280.53	400,00	256.96	73.01	643.09	657.72	671.07	687.18	2659.03
Mean	23.3775	33.3333	21.4133	6.0842	53.5908	54.8100	55.9225	57.2650	2.2159E2
SD	1.89207	5.26279	2.60730	38097	11.46755	8.68361	6.61714	5.36393	1.47334E1
S Mak	27.40	38.00	24.20	6.50	72.55	62.51	62.99	69.15	242.57
S Min	20.25	20.00	13.95	5.24	29.21	32.81	36.98	51.41	189.15

Data Putra t Skor

Statistics						
		Tes Shuttle Run	Tes Lempar Tangkap	Tes Stork Stand	Tes Lari Cepat	Jumlah
N	Valid	12	12	12	12	12
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		53.5908	54.8100	55.9225	57.2650	2.2159E2
Median		54.6050	57.5600	56.7000	55.4900	2.2299E2
Mode		29.21 ^a	57.56	60.46	51.41 ^a	189.15 ^a
Std. Deviation		11.46755	8.68361	6.61714	5.36393	1.47334E1
Variance		131.505	75.405	43.787	28.772	217.072
Skewness		-.558	-1.748	-2.342	1.689	-.648

Std. Error of Skewness	.637	.637	.637	.637	.637
Range	43.34	29.70	26.01	17.74	53.42
Minimum	29.21	32.81	36.98	51.41	189.15
Maximum	72.55	62.51	62.99	69.15	242.57
Sum	643.09	657.72	671.07	687.18	2659.03

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

Tes Shuttle Run

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 29.21	1	8.3	8.3	8.3
40.91	1	8.3	8.3	16.7
46.79	1	8.3	8.3	25.0
48.06	1	8.3	8.3	33.3
53.76	1	8.3	8.3	41.7
54.42	1	8.3	8.3	50.0
54.79	1	8.3	8.3	58.3
55.15	1	8.3	8.3	66.7
60.91	1	8.3	8.3	75.0
61.09	1	8.3	8.3	83.3
65.45	1	8.3	8.3	91.7
72.55	1	8.3	8.3	100.0
Total	12	100.0	100.0	

Tes Lempar Tangkap

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 32.81	1	8.3	8.3	8.3
44.36	1	8.3	8.3	16.7
50.96	1	8.3	8.3	25.0
52.61	1	8.3	8.3	33.3
57.56	3	25.0	25.0	58.3
59.21	2	16.7	16.7	75.0
60.86	1	8.3	8.3	83.3
62.51	2	16.7	16.7	100.0
Total	12	100.0	100.0	

Tes Stork Stand

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	36.98	1	8.3	8.3	8.3
	52.92	1	8.3	8.3	16.7
	55.13	1	8.3	8.3	25.0
	55.33	1	8.3	8.3	33.3
	55.56	1	8.3	8.3	41.7
	55.71	1	8.3	8.3	50.0
	57.69	1	8.3	8.3	58.3
	58.45	1	8.3	8.3	66.7
	59.39	1	8.3	8.3	75.0
	60.46	2	16.7	16.7	91.7
	62.99	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Tes Lari Cepat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	51.41	1	8.3	8.3	8.3
	53.94	1	8.3	8.3	16.7
	54.23	1	8.3	8.3	25.0
	54.65	1	8.3	8.3	33.3
	55.21	1	8.3	8.3	41.7
	55.35	1	8.3	8.3	50.0
	55.63	1	8.3	8.3	58.3
	55.92	1	8.3	8.3	66.7
	56.76	1	8.3	8.3	75.0
	57.61	1	8.3	8.3	83.3
	67.32	1	8.3	8.3	91.7
	69.15	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Jumlah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	189.15	1	8.3	8.3	8.3
	209.29	1	8.3	8.3	16.7
	211.78	1	8.3	8.3	25.0

215.45	1	8.3	8.3	33.3
216.49	1	8.3	8.3	41.7
222.47	1	8.3	8.3	50.0
223.51	1	8.3	8.3	58.3
225.6	1	8.3	8.3	66.7
226.89	1	8.3	8.3	75.0
236.82	1	8.3	8.3	83.3
239.01	1	8.3	8.3	91.7
242.57	1	8.3	8.3	100.0
Total	12	100.0	100.0	

Lampiran Data Penelitian Putri

No	Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Position al balance	Tes lari cepat 30meter	T skor				JUMLAH
					Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Position al balance	Tes lari cepat 30meter	
2	25.12	21	13.22	6.44	43.03	34.46	35.13	52.25	164.87
5	25.33	29	15.36	6.5	41.76	47.66	40.56	51.41	181.38
6	25.16	23	12.33	6.45	42.79	37.76	32.87	52.11	165.52
7	24.23	21	18.53	6.36	48.42	34.46	48.60	53.38	184.86
12	25.22	22	13.32	7.27	42.42	36.11	35.38	40.56	154.47
13	24.12	27	16.57	7.26	49.09	44.36	43.63	40.70	177.78
14	25.27	23	14.53	7.12	42.12	37.76	38.45	42.68	161.00
19	25.43	30	16.22	7.47	41.15	49.31	42.74	37.75	170.95
20	21.23	37	21.38	7.43	66.61	60.86	55.84	38.31	221.61
21	24.31	32	24.21	8.23	47.94	52.61	63.02	27.04	190.61
22	24.12	35	16.27	7.18	49.09	57.56	42.87	41.83	191.35
24	25.26	30	24.13	7.64	42.18	49.31	62.82	35.35	189.66
Jumlah	294.80	330,00	206.07	85.35	556.60	542.22	541.91	513.37	2154.06
Mean	24.5667	27.5000	17.1726	7.1126	46.3833	45.1850	45.1592	42.7808	1.7950E2
SD	1.17164	5.53501	4.08707	57520	7.10194	9.13277	10.37335	8.10145	1.81581E1
S Mak	25.43	37.00	24.21	8.23	66.61	60.86	63.02	53.38	221.61
S Min	21.23	21.00	12.33	6.36	41.15	34.46	32.87	27.04	154.47

DATA PUTRI t Skor

Frequencies

Statistics						
		Tes Shuttle Run	Tes Lempar Tangkap	Tes Stork Stand	Tes Lari Cepat	Jumlah
N	Valid	12	12	12	12	12
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		46.3833	45.1850	45.1592	42.7808	1.7950E2
Median		42.9100	46.0100	42.8050	41.2650	1.7958E2
Mode		49.09	34.46 ^a	32.87 ^a	27.04 ^a	154.47 ^a
Std. Deviation		7.10194	9.13277	10.37335	8.10145	1.81581E1
Variance		50.438	83.408	107.606	65.633	329.717
Skewness		2.371	.326	.805	-.216	.918
Std. Error of Skewness		.637	.637	.637	.637	.637
Range		25.46	26.40	30.15	26.34	67.14
Minimum		41.15	34.46	32.87	27.04	154.47
Maximum		66.61	60.86	63.02	53.38	221.61
Sum		556.60	542.22	541.91	513.37	2154.06

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

Tes Shuttle Run					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	41.15	1	8.3	8.3	8.3
	41.76	1	8.3	8.3	16.7
	42.12	1	8.3	8.3	25.0
	42.18	1	8.3	8.3	33.3
	42.42	1	8.3	8.3	41.7
	42.79	1	8.3	8.3	50.0
	43.03	1	8.3	8.3	58.3
	47.94	1	8.3	8.3	66.7
	48.42	1	8.3	8.3	75.0
	49.09	2	16.7	16.7	91.7
	66.61	1	8.3	8.3	100.0
Total		12	100.0	100.0	

Tes Lempar Tangkap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34.46	2	16.7	16.7	16.7
	36.11	1	8.3	8.3	25.0
	37.76	2	16.7	16.7	41.7
	44.36	1	8.3	8.3	50.0
	47.66	1	8.3	8.3	58.3
	49.31	2	16.7	16.7	75.0
	52.61	1	8.3	8.3	83.3
	57.56	1	8.3	8.3	91.7
	60.86	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Tes Stork Stand

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	32.87	1	8.3	8.3	8.3
	35.13	1	8.3	8.3	16.7
	35.38	1	8.3	8.3	25.0
	38.45	1	8.3	8.3	33.3
	40.56	1	8.3	8.3	41.7
	42.74	1	8.3	8.3	50.0
	42.87	1	8.3	8.3	58.3
	43.63	1	8.3	8.3	66.7
	48.6	1	8.3	8.3	75.0
	55.84	1	8.3	8.3	83.3
	62.82	1	8.3	8.3	91.7
	63.02	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Tes Lari Cepat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27.04	1	8.3	8.3	8.3
	35.35	1	8.3	8.3	16.7
	37.75	1	8.3	8.3	25.0
	38.31	1	8.3	8.3	33.3

40.56	1	8.3	8.3	41.7
40.7	1	8.3	8.3	50.0
41.83	1	8.3	8.3	58.3
42.68	1	8.3	8.3	66.7
51.41	1	8.3	8.3	75.0
52.11	1	8.3	8.3	83.3
52.25	1	8.3	8.3	91.7
53.38	1	8.3	8.3	100.0
Total	12	100.0	100.0	

Jumlah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	154.47	1	8.3	8.3	8.3
	161	1	8.3	8.3	16.7
	164.87	1	8.3	8.3	25.0
	165.52	1	8.3	8.3	33.3
	170.95	1	8.3	8.3	41.7
	177.78	1	8.3	8.3	50.0
	181.38	1	8.3	8.3	58.3
	184.86	1	8.3	8.3	66.7
	189.66	1	8.3	8.3	75.0
	190.61	1	8.3	8.3	83.3
	191.35	1	8.3	8.3	91.7
	221.61	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Lampiran Data Penelitian Keseluruhan

No	Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Positional balance	Tes lari cepat 30meter	T skor				
					Tes Shuttle Run 4 X 10m	Tes Lempar Tangkap Bola jarak 1 meter ke tembok	Tes stork stand Positional balance	Tes lari cepat 30meter	JUMLAH
1	23.24	38	20.23	5.24	54.42	62.51	52.92	69.15	239.01
2	25.12	21	13.22	6.44	43.03	34.46	35.13	52.25	164.87
3	22.14	27	23.2	6.06	61.09	44.36	60.46	57.61	223.51
4	27.4	35	22.11	5.37	29.21	57.56	57.69	67.32	211.78
5	25.33	29	15.36	6.5	41.76	47.66	40.56	51.41	181.38
6	25.16	23	12.33	6.45	42.79	37.76	32.87	52.11	165.52
7	24.23	21	18.53	6.36	48.42	34.46	48.60	53.38	184.86
8	24.29	37	21.1	6.5	48.06	60.86	55.13	51.41	215.45
9	20.25	35	21.33	6.12	72.55	57.56	55.71	56.76	242.57
10	24.5	20	21.18	6.3	46.79	32.81	55.33	54.23	189.15
11	22.17	31	22.78	6.2	60.91	50.96	59.39	55.63	226.89
12	25.22	22	13.32	7.27	42.42	36.11	35.38	40.56	154.47
13	24.12	27	16.57	7.26	49.09	44.36	43.63	40.70	177.78
14	25.27	23	14.53	7.12	42.12	37.76	38.45	42.68	161.00
15	23.35	36	21.27	6.32	53.76	59.21	55.56	53.94	222.47
16	23.12	38	13.95	6.27	55.15	62.51	36.98	54.65	209.29
17	21.42	35	22.41	6.2 2	65.45	57.56	58.45	55.35	236.82
18	25.47	36	23.2	6.18	40.91	59.21	60.46	55.92	216.49
19	25.43	30	16.22	7.47	41.15	49.31	42.74	37.75	170.95
20	21.23	37	21.38	7.43	66.61	60.86	55.84	38.31	221.61
21	24.31	32	24.21	8.23	47.94	52.61	63.02	27.04	190.61
22	24.12	35	16.27	7.18	49.09	57.56	42.87	41.83	191.35
23	23.18	32	24.2	6.23	54.79	52.61	62.99	55.21	225.60
24	25.26	30	24.13	7.64	42.18	49.31	62.82	35.35	189.66
Jumlah	575.33	730.00	463.03	158.36	4813.09	1199.94	1212.98	1200.55	4813.09
Mean	23.9721	30.4167	19.2929	6.5983	200.5454	49.9975	50.5408	50.0229	2.0055E2
SD	1.65456	6.06427	3.99147	.70958	26.89711	10.00604	10.13049	9.99392	2.68971E1
S Mak	27.40	38.00	24.21	8.23	242.57	62.51	63.02	69.15	242.57
S Min	20.25	20.00	12.33	5.24	154.47	32.81	32.87	27.04	154.47

Data Keseluruhan t Skor Frequencies

Statistics

	Tes Shuttle Run	Tes Lempar Tangkap	Tes Stork Stand	Tes Lari Cepat	Jumlah
N Valid	24	24	24	24	24
Missing	0	0	0	0	0
Mean	49.9871	49.9975	50.5408	50.0229	2.0055E2
Median	48.2400	51.7850	55.2300	52.8150	2.0032E2
Mode	49.09	57.56	60.46	51.41	154.47 ^a
Std. Deviation	10.02834	10.00604	10.13049	9.99392	2.68971E1
Variance	100.568	100.121	102.627	99.878	723.455
Skewness	.457	-.449	-.425	-.355	-.114
Std. Error of Skewness	.472	.472	.472	.472	.472
Range	43.34	29.70	30.15	42.11	88.10
Minimum	29.21	32.81	32.87	27.04	154.47
Maximum	72.55	62.51	63.02	69.15	242.57
Sum	1199.69	1199.94	1212.98	1200.55	4813.09

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

Tes Shuttle Run

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 29.21	1	4.2	4.2	4.2
40.91	1	4.2	4.2	8.3
41.15	1	4.2	4.2	12.5
41.76	1	4.2	4.2	16.7
42.12	1	4.2	4.2	20.8
42.18	1	4.2	4.2	25.0
42.42	1	4.2	4.2	29.2
42.79	1	4.2	4.2	33.3
43.03	1	4.2	4.2	37.5
46.79	1	4.2	4.2	41.7
47.94	1	4.2	4.2	45.8
48.06	1	4.2	4.2	50.0
48.42	1	4.2	4.2	54.2

49.09	2	8.3	8.3	62.5
53.76	1	4.2	4.2	66.7
54.42	1	4.2	4.2	70.8
54.79	1	4.2	4.2	75.0
55.15	1	4.2	4.2	79.2
60.91	1	4.2	4.2	83.3
61.09	1	4.2	4.2	87.5
65.45	1	4.2	4.2	91.7
66.61	1	4.2	4.2	95.8
72.55	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Tes Lempar Tangkap

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 32.81	1	4.2	4.2	4.2
34.46	2	8.3	8.3	12.5
36.11	1	4.2	4.2	16.7
37.76	2	8.3	8.3	25.0
44.36	2	8.3	8.3	33.3
47.66	1	4.2	4.2	37.5
49.31	2	8.3	8.3	45.8
50.96	1	4.2	4.2	50.0
52.61	2	8.3	8.3	58.3
57.56	4	16.7	16.7	75.0
59.21	2	8.3	8.3	83.3
60.86	2	8.3	8.3	91.7
62.51	2	8.3	8.3	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Tes Stork Stand

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 32.87	1	4.2	4.2	4.2
35.13	1	4.2	4.2	8.3
35.38	1	4.2	4.2	12.5
36.98	1	4.2	4.2	16.7
38.45	1	4.2	4.2	20.8
40.56	1	4.2	4.2	25.0

42.74	1	4.2	4.2	29.2
42.87	1	4.2	4.2	33.3
43.63	1	4.2	4.2	37.5
48.6	1	4.2	4.2	41.7
52.92	1	4.2	4.2	45.8
55.13	1	4.2	4.2	50.0
55.33	1	4.2	4.2	54.2
55.56	1	4.2	4.2	58.3
55.71	1	4.2	4.2	62.5
55.84	1	4.2	4.2	66.7
57.69	1	4.2	4.2	70.8
58.45	1	4.2	4.2	75.0
59.39	1	4.2	4.2	79.2
60.46	2	8.3	8.3	87.5
62.82	1	4.2	4.2	91.7
62.99	1	4.2	4.2	95.8
63.02	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Tes Lari Cepat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 27.04	1	4.2	4.2	4.2
35.35	1	4.2	4.2	8.3
37.75	1	4.2	4.2	12.5
38.31	1	4.2	4.2	16.7
40.56	1	4.2	4.2	20.8
40.7	1	4.2	4.2	25.0
41.83	1	4.2	4.2	29.2
42.68	1	4.2	4.2	33.3
51.41	2	8.3	8.3	41.7
52.11	1	4.2	4.2	45.8
52.25	1	4.2	4.2	50.0
53.38	1	4.2	4.2	54.2
53.94	1	4.2	4.2	58.3
54.23	1	4.2	4.2	62.5
54.65	1	4.2	4.2	66.7
55.21	1	4.2	4.2	70.8
55.35	1	4.2	4.2	75.0

55.63	1	4.2	4.2	79.2
55.92	1	4.2	4.2	83.3
56.76	1	4.2	4.2	87.5
57.61	1	4.2	4.2	91.7
67.32	1	4.2	4.2	95.8
69.15	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Jumlah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	154.47	1	4.2	4.2	4.2
	161	1	4.2	4.2	8.3
	164.87	1	4.2	4.2	12.5
	165.52	1	4.2	4.2	16.7
	170.95	1	4.2	4.2	20.8
	177.78	1	4.2	4.2	25.0
	181.38	1	4.2	4.2	29.2
	184.86	1	4.2	4.2	33.3
	189.15	1	4.2	4.2	37.5
	189.66	1	4.2	4.2	41.7
	190.61	1	4.2	4.2	45.8
	191.35	1	4.2	4.2	50.0
	209.29	1	4.2	4.2	54.2
	211.78	1	4.2	4.2	58.3
	215.45	1	4.2	4.2	62.5
	216.49	1	4.2	4.2	66.7
	221.61	1	4.2	4.2	70.8
	222.47	1	4.2	4.2	75.0
	223.51	1	4.2	4.2	79.2
	225.6	1	4.2	4.2	83.3
	226.89	1	4.2	4.2	87.5
	236.82	1	4.2	4.2	91.7
	239.01	1	4.2	4.2	95.8
	242.57	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan



Pemanasan



Kelincahan



Koordinasi Mata Dan Tangan



Keseimbangan



Kecepatan